top fit

➔ Silikon- Implantate Kein Risiko mehr ➔ Hyaluron Grösse auf Zeit ➔ Eigenfett Natürlich



Der perfekte Busen

Aufgespritzt, gefüllt und weggeschnitten: Die Methoden für den Traumbusen werden immer raffinierter.

«Die Verkleinerung ist das Beste, was ich je gemacht habe. Pro Brust wurden 650 Gramm entfernt»
ALESSANDRA A., 28

«Ich habe meine drei Kinder voll gestillt. Danach waren meine Brüste leer. Jetzt habe ich Silikon-Implantate»
SIBYLLE N., 48

Fotos Marcel Nöcker

«Nach zwei Kindern und einer Liposuction liess ich mir Eigenfett in die Brust spritzen»
SYLVIA P., 35

«Silikon kam für mich nicht infrage. Deshalb habe ich mir den Busen mit Macrolane vergrössern lassen» SABRINA F., 28

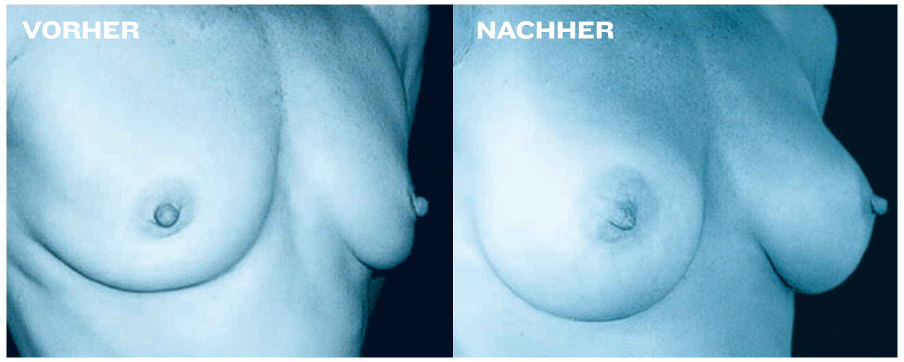
Grösser, kleiner, straffer: Der Weg zum Wunschbusen

Für die einen sind sie zu klein, für die andern zu schlaff oder zu gross. Fachärzte zeigen Lösungen auf.

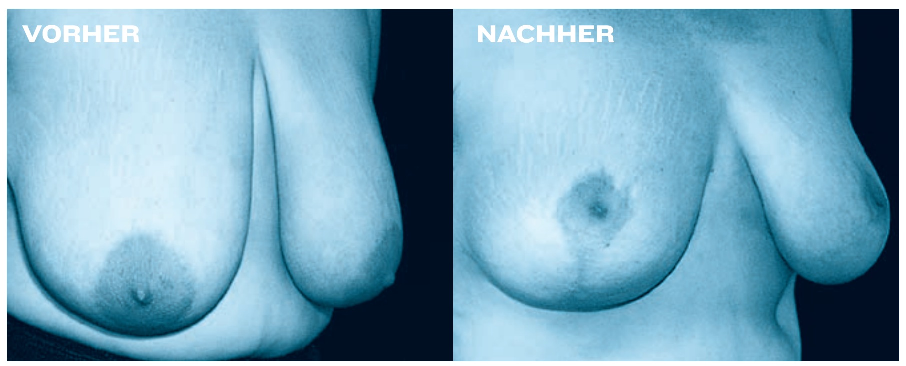
Text **VERENA THURNER**



Dr. Christophe Christ ist Facharzt FMH für Plastische und Ästhetische Chirurgie an der Clinic Utoquai in Zürich.



Silikon-Implantat Frauen mit sehr kleinen Brüsten oder nach Schwangerschaften und Stillen profitieren von einem Implantat. Tauchen keine Probleme auf, hält es lebenslang.



Verkleinerung Wenn bei bestehenden Rückenschmerzen mehr als 500 Gramm Gewebe pro Brust entfernt wird und die Patientin erfolgreich abgenommen hat, zahlen die Kassen.

Silikon-Implantat

Mit einem Implantat kann der Plastische Chirurg Grösse und Form der Brust beeinflussen. Dr. Christophe Christ findet eine Vergrösserung um zwei Körbchen sinnvoll. Der Eingriff findet ambulant und unter Vollnarkose statt. Es gibt drei Varianten bei der Schnitttechnik: in der Achsel, am Rand oder mitten durch die Brustwarze und der horizontale Schnitt in der Falte unterhalb der Brust. «In unserer Klinik wird meistens die Variante mit dem Schnitt in der Falte unter der Brust praktiziert. Von der Achsel her ist der Weg zur Brust sehr lang, und das diffizile Gewebe um die Brustwarzen möchten wir nicht antasten.»

Das Implantat, gefüllt mit Silikongel oder Kochsalzlösung, wird je nach Situation unter das Brustdrüsengewebe geschoben oder zusätzlich unter den Brustmuskel. Vor allem bei sehr schlanken Frauen kommt die letzte Variante zum Zug. «Damit verhindern wir das sogenannte Rippling, die Faltenbildung», erklärt Dr. Christ. Nach dem Eingriff muss die Patientin vier Wochen lang einen speziellen Büstenhalter tragen, und zwar Tag und Nacht. Zu Komplikationen kann es kommen, wenn eine Kapselfibrose, eine Verdickung der Bindegewebehülle, entsteht. Das ist allerdings sehr selten und lässt sich nur schwer beeinflussen. «Wenn diese Komplikation eintritt, muss das Implantat entfernt werden», sagt der Plastische Chirurg. Die Selbstuntersuchung der Brust, Mammografie und Stillen werden durch das Implantat nicht tangiert. Die Brust fühlt sich sehr natürlich an. «Es gibt sogar Frauen, deren Partner nichts von den Implantaten wissen.» Das einst umstrittene Silikon wurde übrigens rehabilitiert: Die amerikanische Gesundheitsbehörde FDA hat Silikon-Implantate wieder zugelassen.

▸ **Kosten einer Vergrösserung:** etwa CHF 14 000.–

Verkleinerung

Die Verkleinerung der Brust ist eine anspruchsvollere Operation. Der Eingriff hinterlässt mehr Narben: eine senkrechte von der Brustwarze zur Falte und eine rund um die Warzen. Beim Eingriff wird Brustdrüsengewebe und Haut entfernt. Auch nach einer Verkleinerung muss die Patientin mehrere Wochen einen straff sitzenden Büstenhalter tragen. «Die Verkleinerung der Brust ist ein sehr erfolgreicher Eingriff, denn die Patientinnen sind danach glücklich. Die meisten fragen sich, warum sie diesen Eingriff nicht früher gemacht haben», sagt Dr. Christ. Wenn folgende Punkte erfüllt sind, bezahlen die Krankenkassen den Eingriff: Es muss mehr als 500 Gramm Gewebe pro Brust entfernt werden, die Patientin ist normal gewichtig, sie muss Schmerzen im Rücken und Nacken haben und diese erfolglos therapiert haben.

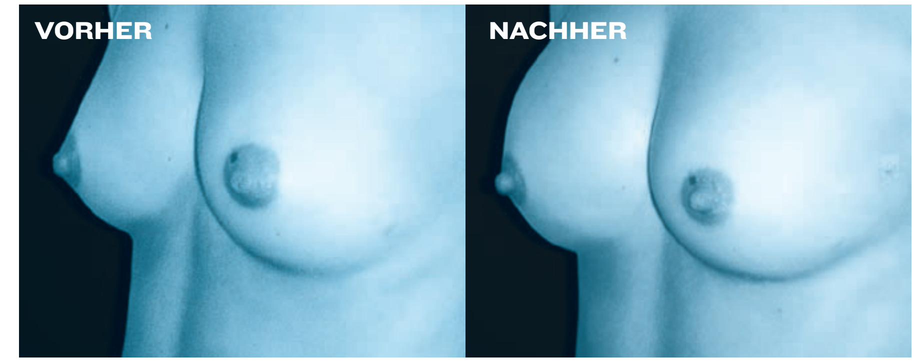
▸ **Kosten einer Verkleinerung:** CHF 14 000 bis 18 000.–

Straffung

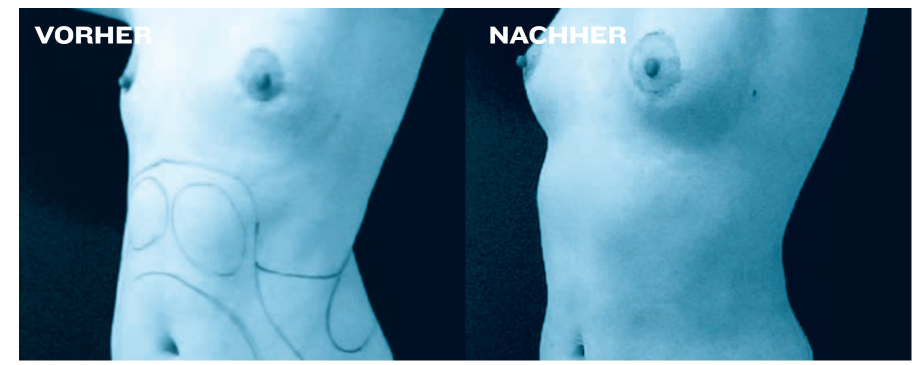
Bei der sogenannten Mastopexie wird vorwiegend Haut entfernt und die Brust geliftet. Eine Straffung kann auch kombiniert werden mit einem Implantat, wenn nur noch Haut und kein Brustdrüsengewebe mehr vorhanden ist. Der Eingriff hinterlässt wie bei der Brustverkleinerung eine senkrechte Narbe von der Brustspitze bis zur Brustfalte und eine Narbe rund um die Brustwarze. «Dieser Eingriff wird vor allem von Frauen gewählt, die bereits zwei, drei Kinder geboren haben und deren Brustvolumen stark abgenommen hat, weshalb ein grosser Hautüberschuss besteht», sagt Dr. Christ.

▸ **Kosten einer Straffung ohne Implantat:** etwa CHF 15 000.–
Kosten einer Straffung mit Implantat: CHF 16 000 bis 18 000.–

Fotos Dick Vredenbregt, Dr. Christ, Dr. Davis, Dr. Otte



Macrolane Um mindestens eine Körbchengrösse lässt sich die Brust mit der Substanz auf Basis von Hyaluronsäure vergrössern. Nach einem Jahr muss nachgespritzt werden.



Fett-Transfer Immer mehr Frauen entschliessen sich, ihre Brüste mit Eigenfett, das vorher abgesaugt wurde, zu vergrössern. Nach drei Monaten steht das Resultat fest und hält lebenslang.

Macrolane

Vergrösserung mit Hyaluronsäure Mit Macrolane, einem Gel auf Basis von Hyaluronsäure, steht seit gut einem Jahr in der Schweiz eine neue Substanz zur Brustvergrösserung zur Verfügung. Geeignet ist dieses körpereigene Material vor allem für Frauen mit einer eher kleinen Brust, für «leere» Brüste nach der Stillzeit, nach extremem Gewichtsverlust oder für Frauen, die sich vor einem Implantat oder einer Operation in Vollnarkose fürchten. «Den Eingriff lassen auch immer mehr Frauen machen, die mal schauen wollen, wie es denn wäre mit mehr Oberweite», sagt Dr. Jens Otte von der Beautyclinic in Zürich. Auch hier ist eine Volumensteigerung um eine Körbchengrösse realistisch – auf Wunsch aber auch mehr.

Auch für diese Methode brauchts einige Voraussetzungen: Die Haut sollte nicht zu dehnbar sein. Der Stretch-Test hilft bei der Beurteilung: Die Hautfalte, die der Arzt bildet, sollte dicker als zwei Zentimeter sein. «Für Patientinnen mit stark hängender Brust, eignet sich diese Methode nicht», erklärt der Chirurg. Der Eingriff wird in Lokalanästhesie durchgeführt. Ein winziger Schnitt, seitlich von der Brust in Warzenhöhe, genügt, um die dünne Kanüle einzuführen. Die Substanz wird zwischen Brustdrüse und Brustmuskel eingespritzt. Danach formt der Arzt mit der Hand die Brust, damit sich das Material gleichmässig verteilt. Dauer des Eingriffs: ungefähr 30 Minuten. Die Krebsvorsorge durch die Mammografie wird nicht tangiert, da die Substanz hinter die Brustdrüsen zu liegen kommt.

Wie die körpereigene Hyaluronsäure baut sich auch Macrolane mit der Zeit ab. Wird nach einem Jahr nicht nachgespritzt, hat die Brust nach zwei, drei Jahren ihre ursprüngliche Grösse wieder erreicht. Will eine Frau also den Effekt behalten, sollte einmal pro Jahr nachgespritzt werden, zu einem deutlichen niedrigeren Tarif.

▸ **Kosten je nach Volumen** etwa CHF 5500.– ▸



Dr. Jens Otte ist Plastischer und Ästhetischer Chirurg und Leiter der Beautyclinic in Zürich.



Dr. Clarence P. Davis leitet die Swissestetix-Institute in Zollikon ZH und Rapperswil SG.

Eigenfett-Transfer

Eine gleichsam natürliche Methode der Brustvergrösserung ist diejenige mit Eigenfett. Viele Frauen, die sich vor einem Implantat fürchten, wählen immer öfter diesen Eingriff. Voraussetzung: Irgendwo am Körper der Patientin sollte Fett zum Absaugen vorhanden sein. «Ideal ist diese Methode auch für Frauen, die ihre Implantate nach Komplikationen entfernen mussten», sagt Dr. Clarence P. Davis, Leiter der Swissestetix-Institute in Zollikon ZH und Rapperswil SG. Volumenmässig ist eine zusätzliche Körbchengrösse realistisch. Normalerweise wird zwischen 150 und 300 ml pro Seite eingespritzt. «Dabei spielt die Hautspannung eine grosse Rolle. Bei Eigenfett handelt es sich um eine Flüssigkeit. Man kann also den Druck in der Brust nicht einfach beliebig erhöhen, sonst läuft das Fett einfach wieder raus», ergänzt Dr. Davis.

Das entnommene Fett wird in Lokalanästhesie ins subkutane, den Drüsenkörper umgebende Bindegewebe gespritzt. Komplikationen nach dem Eingriff sind äusserst selten. An den Swissestetix-Instituten ist nach nunmehr gut 80 Eigenfett-Transplantationen noch keine einzige Nebenwirkung aufgetreten. «Wenn es postoperative Einschränkungen gibt, kommen diese eher von der Liposuction als vom Brustaufbau», erklärt Dr. Davis.

Die Patientin darf nach dem Eingriff während zehn Tagen keinen Büstenhalter tragen, da das Fett an den Druckstellen absterben könnte. Die Fettzellen, die innerhalb von einem bis drei Monate nicht anwachsen, werden ganz einfach abgebaut. Das Resultat ist also nach drei Monaten stabil und hält lebenslang. Wenn es nach dieser Zeit den Erwartungen entspricht, muss nicht nachgespritzt werden. Wünscht die Patientin mehr, kann das Volumen problemlos erhöht werden.

Das eingespritzte Fett reagiert selbstverständlich auf Veränderungen. Nimmt also eine Frau stark ab, wird sich das auch an ihrem Busen zeigen. Bei einer Zunahme des Körpergewichtes wird der Busen ebenfalls grösser. Eine Frage, die Dr. Davis immer wieder hört, betrifft das Brustkrebsrisiko. Wird es durch das eingespritzte Eigenfett erhöht? «Die Fett-Transplantation führt nach unserem Wissensstand nicht zu einer erhöhten Rate von Brustkrebs», beruhigt der Facharzt. Auch bei einer Mammografie kann ein erfahrener Radiologe die Verkalkungen, die durch den Eingriff hervorgerufen werden, problemlos von Mikroverkalkungen unterscheiden.

Der Preis einer Brustvergrösserung muss immer im Zusammenhang mit der Liposuction gesehen werden, setzt sich also aus der Fettabsaugung und der Brustvergrösserung zusammen.

▸ **Kosten:** Je nach Grösse der Fettdepots, die zur Verfügung stehen, CHF 8000.– bis 12 000.– ●

Foto Dick Vredenbregt